Tam Vô lậu học Giới Định Huệ



Venerable Master Hsuan Hua / Hòa Thượng Tuyên Hóa | Venerabl… |

Giới Định Huệ còn gọi là Tam vô lậu học, là pháp tu căn bản của Phật pháp. Trong Kinh Lăng Nghiêm đức Phật dạy: “Nhiếp tâm giữ giới, nhân giới sinh định, nhân định sinh huệ. Đây là tam vô lậu học”.

Lậu tức là dục, có dục thì có phiền não, dục hết thì phiền não hết. “Do vậy, Tam vô lậu học có ý nghĩa là ba môn học giúp hành giả vượt khỏi sự trói buộc của mọi phiền não, hoàn toàn tự tại. Lậu cũng có nghĩa là rơi rớt, nên Tam vô lậu học là phương tiện giúp hành giả không còn rơi rớt trong ba cõi, tâm không còn bị ràng buộc bởi mọi lậu hoặc.

Như vậy, Tam vô lậu học là ba môn học đoạn trừ phiền não, chứng nhập quả vị giải thoát hoàn toàn. Không còn nằm trong sự kiềm tỏa của Tam giới và không dừng lại ở phước báo sanh thiên.”

Tam vô lậu học giới định huệ là gì

Tam Vô Lậu Hoặc Giới Định Huệ

Sao gọi là giới định huệ ? Phòng phi chỉ ác gọi là giới. Khi sáu căn tiếp xúc với cảnh, tâm không tùy duyên

(mà khởi) nên gọi là định. Tâm và cảnh tròn đầy như hư không, và thường giác chiếu mà không mê hoặc, đó gọi là huệ. Phòng ngừa việc xấu, và đình chỉ việc ác của ba nghiệp, khiến dòng nước tâm tự lắng đọng trong sáng, tức do giới mà sanh định. Nước tâm lắng đọng trong sáng, khiến tự tánh chiếu soi khắp xum la vạn tượng, tức do định mà sanh huệ.

Về Giới Định Huệ, Trong Kinh Lăng Nghiêm, Đức Phật bảo A-nan: "Ông thường nghe trong giới luật của Như Lai, giảng bày ba nghĩa quyết định của việc tu hành. Thu nhiếp tâm ý gọi là giới, nhân giới phát định lực, nhân định có trí huệ. Đây gọi là ba môn học vô lậu."

Hòa Thượng Tuyên Hóa giảng: Khi mọi người trong pháp hội đều đồng lòng hộ trì giáo pháp, Đức Phật bảo A-nan: "Ông thường nghe trong giới luật của Như Lai, giảng bày ba nghĩa quyết định của việc tu hành.

Tỳ-nại-da là những giới luật dành cho cả Đại thừa và Tiểu thừa. Trong đó nói về những giới điều. Ba phương diện chắc thực nầy là không thể thay đổi. Đó là, thu nhiếp tâm ý gọi là giới, nhân giới phát định lực,

nhân định có trí huệ. Đó gọi là ba môn học vô lậu. Đó là giới, định, huệ.

*

Quý vị thu nhiếp tâm ý, như thỏi nam châm thu hút mọi sắt vụn. Điều nầy đặc biệt nói đến tâm phan duyên của chúng ta–luôn luôn tìm kiếm sự thuận lợi. Khi bị tâm phan duyên điều khiển, mình luôn luôn để ý đến người khác. Mình luôn luôn suy nghĩ tìm mọi cách để gần gũi người giàu có hoặc người quyền quý. Tâm niệm như vậy cứ tiếp diễn ngày nầy sang ngày khác. Đó gọi là tâm phan duyên, có nghĩa là mình chưa thu nhiếp được tâm ý.

Hãy gom nhiếp tâm lại, đừng để chúng tìm kiếm cách thoả mãn những thuận lợi. Đừng để chúng tuỳ tiện chạy rong. Nhưng tâm ta là cái mà ta chạy đuổi theo, dù mình chẳng muốn như vậy. Chúng ta có thể cấm chúng không được có vọng tưởng, nhưng phút sau vọng tưởng khác lại nổi lên. Vọng tưởng nầy dừng thì vọng tưởng khác sinh khởi. Niệm đầu vừa biến mất, niệm sau liền tái diễn. Và trước khi niệm đầu hoàn

toàn mất hẳn, thì niệm sau đã sinh khởi. Tâm bám víu vào thứ khác không bao giờ dừng.

*

Điều quý vị cần phải làm là gom giữ tâm ý mình lại. Đưa tâm về lại một chỗ. Lý do lớn nhất mà chúng ta chưa thành Phật, không được giác ngộ, chưa được chứng đạo, đó là chúng ta không chế ngự được tâm mình. Nếu quý vị gom mọi tâm niệm mình lại, thì chẳng có việc gì mà quý vị chẳng làm được. Quý vị sẽ thành tựu mọi điều

Thế nên Giới là mục đích để thu nhiếp tâm ý. Giới luật tạo sự chấm dứt cho mọi việc ác và ngăn ngừa cho sự phạm lỗi. Nhân giới phát định lực. Trì giới giống như làm cho ly nước đục lắng trong, cho đến khi bùn dơ lắng đọng xuống và nước trở nên trong sạch. Định có nghĩa là "chỉ–không đao động." Và nhân định có trí huệ. Như bài kệ của Bồ-tát Văn-thù-sư-lợi đã nói: Định cực viên minh. Khi quý vị giác ngộ, Trong định, trí huệ chân chính sẽ phát sinh. Đó gọi là ba môn học vô lậu. Nhân giữ giới, từ giới sẽ có định. Nhờ có định mà trí huệ phát sinh.

Học Phật Cần Phải Tu Giới, Định, Huệ

Hòa Thượng Tuyên Hóa giảng: "Thường dùng Giới Định Huệ để tự thức tỉnh, vì chúng giúp ích việc tu hành. Giới, Định, Huệ là việc học vô lậu, người tu hành cần phải có đầy đủ.

Giới tuy có năm giới, thập giới, Bồ-tát giới v.v… nhưng cơ bản nhất là Ngũ-giới: Không sát sanh, không ăn trộm, không tà dâm, không vọng ngữ, không uống rượu. Trì giới thì không tạo tội.

Định là gì? Định tức là thiền định, nói rộng ra chút nữa có nghĩa là bất biến. Có kẻ tu hành đầy vọng tưởng. Hôm nay tu thiền, ngày mai nghe nói niệm Phật công đức to lớn, liền bỏ tham thiền mà niệm Phật. Sau vài ngày lại nghe nói trì chú là thù thắng bèn bỏ niệm Phật mà trì chú. Người như vậy, nay tu pháp môn này, mai tu pháp môn khác, kết quả chẳng tu thành cái gì.

Lại còn có kẻ niệm Phật, niệm Bồ-tát một ngày niệm, mười ngày nghỉ, hoặc ngày nay niệm ngày mai nghỉ, đó đều gọi là không có định lực. Định lực đối với người tu hành rất là quan trọng; không có định lực, tu

đạo đương nhiên thất bại. Thiếu định lực thì đạo tâm chẳng kiên cố, dễ dàng bị ảnh hưởng bên ngoài chi phối làm đọa lạc.

Tiếp đến là Huệ, tức là trí huệ. Làm người có kẻ thông minh, người ngu dốt. Vì sao có kẻ thông minh lại có người ngu độn? Đấy là do nhân quả, nếu quá khứ tu hành niệm Phật thì đời nầy chắc chắn có được trí huệ; ngược lại chẳng trồng thiện căn thì trí huệ đương nhiên chẳng có. Trong Sách Đại-học nói:

*

Định nhi hậu năng Tịnh,

Tịnh nhi hậu năng An,

An nhi hậu năng Lư,

Lư nhi hậu năng Đắc.

Nghĩa là:

Có Định rồi mới Tịnh,

Có Tịnh rồi mới An,

Có An rồi mới Sáng,

Có Sáng rồi mới Được.

Do đó có Định mới sinh được Huệ. Nếu chẳng có Định, tạp niệm đầy dẫy, vọng tưởng lăng xăng thì làm sao có thể thấy suốt đúng, sai, rõ ràng chân lý được.

Giới nghĩa là quy luật giúp mình đề phòng phạm tội. Khi chưa phạm tội, mình cần tu Đạo, bí quyết tu đạo là ở định lực. Có định lực thì sinh trí huệ, từ đó mới có thể liễu đạo thành Phật. Nên Giới, Định, Huệ là điều kiện tất yếu mà người tu Đạo phải có. Không trì giới thì có thể tạo tội nghiệp, thiếu định lực thì tu Đạo không thành, không trí huệ thì ngu si vô trí.

Tôi khuyên các vị hãy lấy "Giới Định Huệ" ba chữ này khắc sâu vào lòng, thường đem ra tự cảnh tỉnh. Tôi tin rằng đối với việc tu, chúng giúp ích mình lắm.

Không Tu Giới Định Thì Chẳng Sanh Trí Huệ

Không tu Giới mà muốn được Trí Huệ thì thật vô lý. Tu Giới thì lời nói phải đi đôi với việc làm, việc làm theo sát với lời nói, lúc nào cũng nghiêm giữ quy luật,

không làm điều gì ra ngoài khuôn phép. Giới là sợi dây dọi, là cây thước đo của người xuất gia.

Tại sao có nhiều quy luật như vậy? Tại vì người tại gia không giữ quy củ, nên nếu xuất gia thì cần phải có pháp độ, quy tắc. Không giữ Giới thì đương nhiên sẽ không có được Định lực. Giới, Định không viên mãn thì tuyệt nhiên chẳng phát chân chính Trí Huệ. Nếu có thì cũng là một loại Thế Trí Biện Thông gọi là "tiểu thông minh," chỉ khiến cho mình đi vào con đường khúc khuỷu, chật hẹp. Cái thông minh láu lỉnh đó không thể gọi là chân chính trí huệ; đối với Đại Trí Huệ, thì đó chỉ là thứ thông minh xảo trá của loài quỷ!

Chẳng có mảy may hiểu biết sai lầm hay tà kiến thì mới là chân chính trí huệ. Nếu là người thật có trí huệ thì chuyện gì cũng không sợ bị thua thiệt, bất cứ chuyện gì chỉ nhìn qua là thấu suốt ngay.

Việc mà kẻ phàm phu không làm nổi chính là "đoạn dục, khử ái," cắt đứt ái và dục. Tại sao họ không làm nổi? Là vì họ không có chân chính trí huệ nên bị vô minh, ngu si chi phối. Nếu mình có chân chính trí huệ

thì mọi sự đều được giải quyết một cách tự nhiên, tốt đẹp.

Tam Vô Lậu Học Giới Định Huệ Không Phải Chuyện Tầm Thường

Để thực hành được Tam vô lậu học rất khó. Bởi trì giới phải tinh nghiêm thì mới sinh ra Định lực. Định lực sâu mầu thì Trí Huệ mới được khai mở. Đến được nấc thang này thì mới mong diệt được Phiền não phần Tế. Phiền não hết thì trí huệ bừng khai đắc tam thân, trí huệ, ngũ nhãn lục thông, cứu cánh viên mãn, cùng trí huệ Phật tương thông!

Giới vô lậu học.

Giới vô lậu học là trì giới ở mức độ tế và vi tế. Nghĩa là phải trì giới ở mức độ sâu mầu, tinh vi. Ví như giới không tà dâm chẳng hạn, ba mức độ sau đây là từ thô đến vi tế:

- Bạn sống thủy chung không ngoại tình, không gái gú mát xa, không thủ dâm, không đọc chuyện xem phim tà vạy, không nghĩ đến

quan hệ nam nữ…Đây là giữ giới không tà dâm ở dạng thô.

- Bạn nếu lỡ có thấy cảnh hở hang hoặc người khác giới lõa thể đứng trước mặt mà tâm vẫn như như bất động, không khởi một niệm tà vạy… Đây là giữ giới không tà dâm ở dạng tế.
- Bạn ngay cả trong mơ cũng không có một niệm tà dâm thì gọi là giữ được giới ở mức vi tế.

Định vô lậu học.

Đinh vô lậu học phải được hiểu là Định lực hoặc Tam muội, chứ không phải là tầm thường đâu nhé. Người tu học nhập Định là kinh thiên động địa chứ chẳng phải tầm thường. Đây là một trạng thái sâu mầu, không thể dùng lời nói mà mô tả được.

Thường thì người Nhập Định nếu không vì nhân duyên phải xuất định thì có thể ở trong Định bao lâu tùy ý. Như tôn giả Ma Ha Ca Diếp chẳng hạn, hiện Ngài vẫn nhập Định tại núi Kê Túc Trung Quốc, chờ ngày đức Di Lặc hạ sanh thành Phật.

Huệ vô lậu học

Huệ vô lậu học là sự thấy biết sáng suốt được sinh ra bởi Định Lực. Đây là cảnh giới cao nhất của người học Phật trong tam vô lậu học “Giới, Định, Huệ”. Người tu học khi dụng công đến chỗ thuần thục, phá được Phiền hoặc thì trí Huệ tự khai mở. Thực ra thì Trí Huệ, vốn không phải là cái thấy biết thông thường, nên không thể dùng lời nói mà diễn tả được.

- Trí Huệ là gì.

Tam Vô Lậu Học Giới Định Huệ: Lời Kết

Hòa Thượng Hư Vân bảo: “Bí yếu của Phật pháp nằm nơi ba pháp vô lậu học, tức giới định huệ. Trong ba pháp này, giới luật là nền tảng căn bản. Nhờ giới luật mà sanh định. Do định mà sanh huệ. Nếu trì giới thanh tịnh thì định huệ tự nhiên sẽ được viên thành.”

Tam vô lậu học khó thành tựu như thế đó! Vì vậy đối với người tu hành chân chính, cần làm chủ tâm mình, khiến tâm luôn bảo trì chánh niệm. Nếu tâm chạy lệch, phải kéo về chính niệm ngay. Nếu giữ được tâm không lăng xăng tà vạy, ắt là không tạo nghiệp.

Pháp môn tu hành tuy có vô số, nhưng chỉ cần làm chủ mình: Quản tâm không hướng ác, bảo trì chánh niệm thì tu pháp gì cũng đúng. Ngược lại, nếu chỉ chú trọng tu ngoài miệng mà tâm không tu. Nghĩa là tuy miệng có niệm Phật, trì chú, tụng kinh… mà không lưu ý điều tâm ly ác hướng thiện, bội trần hiệp giác, thì cho dù có tu pháp gì cũng vẫn là sai. Vì đây gọi là ngoài tâm cầu pháp, nên muốn thành tựu Tam vô lậu học thì không có lý đó.

(Tam vô lậu học giới định huệ là gì – Theo Hòa Thượng Tuyên Hóa)



Tuyên Hóa (hòa thượng) – Wikipedia tiếng Việt

Thường dùng Giới Định Huệ để tự thức tỉnh, vì chúng giúp ích việc tu hành.

Giới, Định, Huệ là việc học vô lậu, người tu hành cần phải có đầy đủ.

Giới tuy có năm giới, thập giới, Bồ tát giới v.v... nhưng cơ bản nhất là Ngũ giới: Không sát sanh, không ăn trộm, không tà dâm, không vọng ngữ, không uống rượu. Trì giới thì không tạo tội.

Định là gì? Định tức là thiền định, nói rộng ra chút nữa có nghĩa là bất biến. Có kẻ tu hành đầy vọng tưởng. Hôm nay tu thiền, ngày mai nghe nói niệm Phật công đức to lớn, liền bỏ tham thiền mà niệm Phật. Sau vài ngày lại nghe nói trì chú là thù thắng bèn bỏ niệm Phật mà trì chú. Người như vậy, nay tu pháp môn này, mai tu pháp môn khác, kết quả chẳng tu thành cái gì. Lại còn có kẻ niệm Phật, niệm Bồ tát một ngày niệm, mười ngày nghỉ, hoặc ngày nay niệm ngày mai nghỉ, đó đều gọi là không có định lực. Định lực đối với người tu hành rất là quan trọng; không có định lực, tu đạo đương nhiên thất bại.

Thiếu định lực thì đạo tâm chẳng kiên cố, dễ dàng bị ảnh hưởng bên ngoài chi phối làm đọa lạc.

Tiếp đến là Huệ, tức là trí huệ. Làm người có kẻ thông minh, người ngu dốt. Vì sao có kẻ thông minh lại có người ngu độn? Đấy là do nhân quả, nếu quá khứ tu hành niệm Phật thì đời nầy chắc chắn có được trí huệ; ngược lại chẳng trồng thiện căn thì trí huệ đương nhiên chẳng có.

Trong Sách Đại học nói:

Định nhi hậu năng Tịnh,

Tịnh nhi hậu năng An,

An nhi hậu năng Lư,

Lư nhi hậu năng Đắc.

Nghĩa là:

Có Định rồi mới Tịnh,

Có Tịnh rồi mới An,

Có An rồi mới Sáng,

Có Sáng rồi mới Được.

Do đó có Định mới sinh được Huệ. Nếu chẳng có Định, tạp niệm đầy dẫy, vọng tưởng lăng xăng thì làm sao có thể thấy suốt đúng, sai, rõ ràng chân lý được.

Giới nghĩa là quy luật giúp mình đề phòng phạm tội. Khi chưa phạm tội, mình cần tu Đạo, bí quyết tu đạo là ở định lực. Có định lực thì sinh trí huệ, từ đó mới có thể liễu đạo thành Phật. Nên Giới, Định, Huệ là điều kiện tất yếu mà người tu Đạo phải có. Không trì giới thì có thể tạo tội nghiệp, thiếu định lực thì tu Đạo không thành, không trí huệ thì ngu si vô trí.

Tôi khuyên các vị hãy lấy "Giới Định Huệ" ba chữ này khắc sâu vào lòng, thường đem ra tự cảnh tỉnh. Tôi tin rằng đối với việc tu, chúng giúp ích mình lắm.

Giảng ngày 18 tháng 6 năm 1958

TAM VÔ LẬU HỌC

Giới, Định, Tuệ gọi là Tam vô lậu học. Nghĩa là sao? Là ba việc không bị rơi rớt. Nói cách khác là ba môn học giải thoát. Không rơi rớt ở đâu? Không rơi rớt trong tam giới là giải thoát rồi. Nói Tam vô lậu học nghe khó hiểu, mà nói rõ rằng ba môn học để giải thoát sanh tử. Muốn tu giải thoát sanh tử thì phải có đủ giới, định, tuệ.

Giới là giới luật. Hàng Sa-di giữ 10 giới, Tỳ-kheo 250 giới, Tỳ-kheo-ni 348 giới. Chủ trương của tôi là tăng ni phải giữ những giới căn bản, giữ cho được. Những giới chi tiết, giữ được bao nhiêu tốt bấy nhiêu. Quan trọng là những giới căn bản. Từ giới sanh định. Thường người ta nói giới sanh định nhưng thật sự giới

chưa sanh định. Giới chỉ giúp để bảo vệ cho chúng ta tăng trưởng thiền định. Ví dụ chúng ta ngồi thiền cốt để cho tâm không xao lãng, không chạy bậy. Nếu người nào phạm giới rồi thì ngồi nhưng tâm vẫn chạy bậy, kềm không nổi. Vậy nên giới là hàng rào ngăn ngừa không cho chúng ta chạy bậy hay rơi vào những nơi tội lỗi sâu thẳm khác.

Nếu nói cho đủ, giới là "Phòng phi chỉ ác". Phòng là ngừa, phi là lỗi, ngăn ngừa các lỗi cho mình, chỉ ác là dừng bỏ tội ác. Như vậy giới có tính cách ngừa lỗi và dứt ác cho chúng ta, chứ không phải là thiền định. Nhưng giới giúp cho thiền định. Trong kinh hay ví dụ ngọn đèn đốt để ngoài trời bị gió thổi nên dễ tắt. Nếu ngọn đèn đó có ống khói chụp lên thì nó đứng yên. Cũng vậy, giới như ống khói chụp đèn, giữ cho ngọn đèn trí tuệ của chúng ta được sáng. Giới là ngừa đón, nên nói giới sanh định là vì thế. Nhờ có giới cũng như nhờ có bóng đèn nên ngọn đèn không bị tắt. Cũng vậy, nhờ giới mà tâm chúng ta không xao lãng, được yên định, nên trí tuệ phát khởi. Vì vậy mà nói giới sanh định.

Tại sao thiền định lại sanh trí tuệ? Vì nhờ thiền định lóng lặng tâm vọng. Khi tâm lóng lặng rồi thì trí tuệ phát sáng. Trí tuệ đó là trí tuệ gì? Trí vô sư. Từ Văn Tư Tu cũng có trí tuệ, từ Giới Định Tuệ cũng có trí tuệ, vậy hai thứ trí tuệ này là một hay khác? Khác vậy. Trí tuệ trước là trí hữu sư, trí do có học; trí tuệ sau là trí vô sư, trí không do học. Lúc thiền định đâu có học với ai. Mọi thứ vọng động lặng xuống thì sáng. Đấy gọi là trí vô sư. Trí hữu sư là trí từ bên ngoài mà được, còn trí vô sư là trí tự tâm phát ra. Như vậy trí vô sư mới có công năng giải thoát sanh tử. Hiểu như vậy mới thấy được giá trị và lợi ích lớn lao của Tam vô lậu học.

Hình ảnh:

Hòa thượng THÍCH THANH TỪ

I. DẪN NHẬP

Tam Vô Lậu Học là môn học thù thắng gồm: Giới, Định và Tuệ trong đạo Phật. Lậu có nghĩa là những chất nhơ bẩn, ô uế, tượng trưng sự phiền não, khổ đau xâm chiếm tâm người chưa biết tu tập. Ngược lại, Vô lậu là tâm trong lành, sáng suốt, không bị phiền não trói buộc. Lậu cũng có nghĩa khác là rơi rớt, lưu lại, sót lại. Vô lậu thì không. Như vậy Vô Lậu Học là môn học giúp hành giả được tự do tự tại, đoạn tận mọi phiền não khổ đau, không còn rơi rớt trong luân hồi sanh tử.

Tam Vô Lậu Học phát xuất từ bài kinh đầu tiên Đức Phật giảng dạy cho năm anh em tôn giả A-Nhã Kiều-Trần-Như tại Vườn Nai. Đó là kinh "*Chuyển Pháp Luân*" gồm hai bài pháp thoại Tứ Diệu Đế và Vô Ngã Tướng.

Nội dung Kinh Tứ Diệu Đế nói về bốn chân lý. Chân lý thứ Nhất là thực trạng đau khổ của con người gọi là Khổ đế. Chân lý thứ Hai là truy tìm nguồn gốc gây ra thực trạng phiền

não gọi là Tập đế. Đế thứ Ba, chấm dứt toàn bộ nguyên nhân gây ra khổ đau gọi là Diệt đế, trải nghiệm an lạc hạnh phúc, cao nhất là Niết-Bàn. Niết-Bàn không phải là cảnh giới hay một nơi chốn. Niết-Bàn là thái độ sống, với trạng thái tâm thanh tịnh, an lạc, khi toàn bộ khổ đau và nguyên nhân tạo ra khổ đau đã đoạn tận. Gần nhất cũng có thể hiểu Niết-Bàn là trải nghiệm trạng thái tâm bây giờ và ở đây. Muốn trải nghiệm Niết-bàn hay Diệt đế, hành giả phải tu tập thực hành theo đế thứ Tư là Đạo Đế.

Đạo đế gồm tám nhánh tu tập, có thể chia thành ba nhóm. Đầu tiên là nhóm Trí Tuệ gồm Chánh tri kiến, Chánh tư duy. Nhóm thứ Hai là Giới đức hay Đạo đức bao gồm Chánh ngữ, Chánh nghiệp, Chánh mạng. Nhóm thứ Ba là Thiền Định gồm Chánh tinh tấn, Chánh niệm và Chánh định.
Hành giả tu tập, thành tựu Bát Chánh Đạo tức thành tựu Tam Vô Lậu Học: Giới, Định, Tuệ có nghĩa là hành giả đã chứng nhập quả

vị giải thoát hoàn toàn, không còn bị trói buộc trong Tam giới nữa.

II. GIỚI VÔ LẬU HỌC

Giới nguyên gốc từ tiếng Phạn là "Sĩla". Tàu dịch là Giới có nghĩa là phòng bị, răn cấm, câu thúc. Giới ở đây, nói cho đủ là giới luật, nghĩa là những điều răn cấm không được làm. Những điều răn cấm không được làm đó là những điều sai quấy, trái ngược với tự nhiên, trái với đạo đức. Vi phạm giới luật, ảnh hưởng ngoài thân là làm rối loạn trật tự cộng đồng, đoàn thể. Hậu quả bên trong là tâm không được an ổn bởi những lo âu phiền não vì những hành vi xấu ác mà mình đã gây ra. Giới luật trong nhà Phật không phải chỉ là luật lệ ngăn cấm, mà nên hiểu giới luật như là phép rèn luyện, không sai phạm một lĩnh vực nào là được tự do ở lĩnh vực đó. Cho nên phát triển giới hay giữ giới là có những ý nghĩ, hành vi xây dựng, đồng nghĩa với những việc làm thiện lành, đạo đức, lợi mình,

lợi người.

Giới Vô Lậu Học là môn học nhắm vào kỷ luật bản thân hành giả, bằng cách rèn luyện tuân thủ những giới luật do Đức Phật chế tác để phòng ngừa tội lỗi, tránh những hành động trái pháp, kiềm hãm dục vọng (tham, sân, si), hướng đến việc hành trì tu tập với mục đích tiến dần đến quả vị giác ngộ.

Trong nhà Phật, thời gian 12 năm đầu kể từ khi Đức Phật thành lập Giáo đoàn, đời sống Tăng già hoàn toàn thanh tịnh, chư Tăng luôn sống trong lời Phật dạy "*Chư ác mạc tác; Chúng thiện phụng hành; Tự tịnh kỳ ý; Thị chư Phật giáo*", nghĩa là hằng ngày luôn suy nghĩ những điều thiện, nói những lời lành, làm những việc lành, ngăn chặn những ý niệm xấu ác, ngăn chặn những lời nói hung dữ, không làm những hành động hại người hại vật. Nói chung là tu tập giữ ba nghiệp thân, khẩu, ý luôn được thanh tịnh, trong sáng. Về sau, trong Tăng

đoàn xuất hiện nhiều hiện tượng vi phạm đời sống phạm hạnh, nên Đức Phật thiết lập Giới bổn, nhằm mục đích xây dựng Tăng già hưng thịnh, Chánh pháp trường tồn. Khi lập thành giới, Đức Phật nêu ra mười lợi ích để cho thấy tầm quan trọng của các học giới như sau: (*)

1. Giúp Tăng chúng được cực thịnh.
2. Giúp Tăng chúng được an ổn .
3. Giúp điều phục người ương ngạnh, cứng đầu.
4. Giúp các thiện Tỷ-kheo được sống an ổn
5. Giúp chế ngự các lậu hoặc ngay trong hiện tại.
6. Giúp chặn đứng các lậu hoặc trong tương lai.
7. Giúp đem lại tịnh tín cho những người không tin.
8. Giúp tăng trưởng tịnh tín cho những người đã có lòng tin.
9. Giúp diệu pháp (Chánh pháp) được tồn tại.
10. Giúp giới luật được chấp nhận.

Tùy theo căn cơ chúng sanh và tùy thuộc sự phát tâm thọ lãnh giới pháp của từng người, mà Đức Phật thiết lập khác nhau.

- **Giới tại gia:** Phật tử tại gia như Cận sự nam, Cận sự nữ thọ lãnh ngũ giới, Thập thiện giới, Bát quan trai giới, Bồ-tát giới.
- **Giới xuất gia**: Dành cho hàng xuất gia. Có 5 hội chúng: Sa-di và Sa-di-ni thọ trì 10 giới và 22 hay 24 oai nghi. Thức-xoa-ma-na giữ 4 giới căn bản, 6 học pháp, 292 hành pháp. Tỳ-kheo thọ 250 giới. Tỳ-kheo-ni thọ 348 giới. Còn giới Bồ-tát, cả Phật tử tại gia và tu sĩ xuất gia đều có thể lãnh thọ gồm 10 giới trọng và 48 giới khinh, gọi là thông giới.

Giới trong Giới-bổn Ba-la-đề-mộc-xoa, gốc từ văn Pãli là Patimokkha, văn Sanskrit là Pràtimoksa, có nghĩa là Biệt giải thoát hay Xứ Xứ giải thoát và Tùy thuận giải thoát.

Biệt giải thoát là giữ giới phần nào sẽ được giải thoát phần đó. Tùy thuận giải thoát là giải thoát tùy theo pháp hành trì của hành giả đưa

đến quả hữu vi hay vô vi.

Mặt khác giới được chia thành Thông giới và Biệt giới. Thông giới là giới Phật tử tại gia hay xuất gia đều được thọ lãnh. Biệt giới chỉ có tự thân nhận thọ, khi hình tướng mất thì giới cũng mất. Khi nói đến Bồ tát giới tức đề cập tới Tam-tụ-tịnh giới gồm 3 nhóm như sau:

- **Nhiếp luật nghi giới (Biệt giải thoát luật nghi):** Gồm các giới của tại gia và xuất gia. Đó là ngăn cấm các điều ác, phát khởi các điều lành.
- **Nhiếp thiện pháp giới:** Là người chuyên tâm hành trì các việc thiện, xem việc thực thi các thiện pháp là hình thức hành trì giới.
- **Nhiêu ích hữu tình giới:** Lấy việc làm lợi ích cho tất cả chúng sanh là việc trì giới.

Cụ túc giới (đại giới) là biệt giới chỉ dành riêng Tỷ-kheo, Tỷ-kheo-ni. Giới Tỳ-kheo về phần rộng thì vô lượng, phần trung thì ba ngàn oai nghi, phần lược thì 250 giới. Tỳ-kheo-ni cũng thế, chỉ

khác phần lược là 348 giới.

Tóm lại, hành giả tại gia hay xuất gia đều có bổn phận học hỏi thông suốt những giới luật và giữ giới mình đã thọ lãnh bằng hai cách:
- **Chỉ trì:** Không làm những điều ác mà trong giới kinh cấm không cho làm.
-Tác trì: Nên làm những điều thiện mà trong giới kinh ấn định phải làm.
Về vấn đề vi phạm giới: Một người bị cho là phạm giới, khi người ấy hội đủ ba điều kiện. (1) Cố ý vi phạm. (2) Chuẩn bị để phạm. (3) Vi phạm cụ thể bằng hành động. Trong ba điều kiện bị buộc tội vi phạm có hai điều thuộc về phần tác ý của tâm. Cho nên ngoài việc giữ giới tướng (do Đức Phật chế tác) thọ lãnh, vấn đề đặt nặng là giữ giới thể, tức là tu tập giữ ý thức được thanh tịnh, rời xa các ác pháp, bất thiện pháp, buông bỏ tham ái, sân hận và chấp thủ… thì cuộc sống được an lạc hạnh phúc trong hiện tại và tương lai.

III. ĐỊNH VÔ LẬU HỌC

Định tiếng Pali là Samàdhi. Người Trung Hoa dịch là "*Tam muội*". Định mang nhiều ý nghĩa như: Tập trung (concentration); làm cho vững chắc, không dao động (make firm), sự tĩnh lặng (tranquillity); sự yên lặng (calmness), trạng thái tập trung sâu (a deep concentration state). (**)
Trong Trung Bộ Kinh 1, có hai định nghĩa về Định.

Bài kinh số 30: Định là "*Nhất tâm*" (P: Cittass' ekaggatã: mental one-pointedness) cũng có nghĩa là "*Nhất niệm*" (một niệm). Đây là trạng thái tâm đồng nhất với đối tượng, nơi đó không có Ý thức hiện hữu, mà chỉ có "*đơn niệm biết*" (a single thought of awareness). Nghĩa là tâm hoàn toàn yên lặng không dao động (wavering) bởi các đối tượng ngoài giác quan.

Bài kinh số 36: Định được xem là "*trạng thái tâm thuần nhất*" (P: Cetaso ekodi: unity of

the mind). Đây là trạng thái tĩnh lặng của tâm (a state of mental tranquillity) hay trạng thái không hai của Ý thức (A nondualistic state of consciousness). Trong đó nội tâm thiền gia không còn Tầm Tứ, là trạng thái tâm không còn chú ý (tầm) và bắt dính (tứ) theo đối tượng.

Định nói cho đủ là Thiền Định (Samàdhi Bhavanà). Thiền Định là phương pháp thực tập để chuyển đổi quán tính dao động của Vọng tâm sang quán tính yên lặng sáng suốt không lời gọi là Chân tâm. Khi tâm hoàn toàn định tĩnh, yên lặng vững chắc mà vẫn có nhận thức biết không lời thì gọi là Định hay Chánh Định. Chánh Định là chi thứ tám trong Bát Chánh Đạo tương đương với tầng Định cao nhất trong bốn tầng Định mà Đức Phật đã trải nghiệm và thành đạo.

Định Vô Lậu Học là môn học về thiền định. Là phương pháp thực tập tâm chuyên chú vào một đối tượng, quán sát đối tượng ấy để phát

sinh ra tuệ. Đối tượng để tu tập Thiền Định thì được gọi là đề mục. Có nhiều đề mục để thực tập. Tu tập Thiền thì có hai loại: Thiền Định, giúp tâm vắng lặng, cô lập lậu hoặc và Thiền Quán là quán sát đề mục với cái biết trống rỗng như thật, nhằm phát huy trí tuệ.

Thực tập thiền Định có hai bước: Bước một là Chánh niệm, bước hai là Chánh định. Chánh niệm tiếng Sanskrit là "*samyaksmirti*", tiếng Pãli là "*samasati*". Chánh niệm có nghĩa là nhận biết đúng đắn, rõ ràng như thật về một đối tượng nào đó. Cũng có thể hiểu người có Chánh niệm là người làm chủ được tâm mình trong bất cứ lúc nào. Nói cách khác trong mỗi hành động, thiền giả đều có niệm biết rõ ràng (tỉnh thức) về việc mình đang làm như đi, đứng, nằm, ngồi, ăn uống, mặc quần áo, nói năng, nhìn, ngó. Ngay cả lúc im lặng, nhắm mắt, cũng biết rõ những gì xảy ra quanh mình hay trong thân tâm mà không dính mắc, chạy theo. Đó gọi là Chánh niệm tỉnh giác. Tóm

lại Chánh niệm là thấy biết mọi thứ đang diễn ra như chúng đang là.
Muốn thực hành Thiền Chánh Niệm (để đến Chánh Định) trước hết người tập phải xử dụng Trí Năng tỉnh ngộ để tu tập. Trí Năng tỉnh ngộ giữ vai trò chú ý, chú tâm vào một đề mục thiền để cột tâm lại không cho tâm tán loạn.

Thí dụ như tu tập đề mục Anapànasati Samàdhi (Định Niệm Hít Vào Thở Ra). Ban đầu hành giả chú ý nói ra lời "*Tôi biết tôi thở vào*" khi hít không khí vào. "*Tôi biết tôi thở ra*" khi thở không khí ra. Đây là hành giả xử dụng "*đơn niệm biết có lời*", nghĩa biết mình đang nói ra lời, nhưng chỉ với một nội dung thở vào thở ra mà thôi. Kết quả không có niệm nào khác chen vào, tâm được yên lặng, kinh nghiệm Định nhưng không vững chắc. Thuật ngữ gọi đây là trạng thái của Thiền Chỉ (Samatha Bhavanà). Giai đoạn này là giai đoạn tầm (Vitakka/sự nói thầm trong đầu) tắt Tứ (Vicàra/đối thoại thầm lặng hay lầm bầm trong đầu không ngừng). Tầm là do thiền gia tự nói ra

có công năng không để những vọng tưởng nói thầm qua lại từ trong ký ức khởi lên là Tứ.

Bước kế tiếp là giữ Chánh Niệm về sự thở vào thở ra, bằng cách thầm nhận biết không lời về hơi thở vào ra đó. Hơi thở dài (thầm) biết hơi thở dài. Hơi thở ngắn (thầm) biết hơi thở ngắn. Hơi thở nặng nề (thầm) biết hơi thở nặng nề. Kết quả ngôn hành (Tầm Tứ) yên lặng, hành giả kinh nghiệm Định Không Tầm Không Tứ.

Bước thứ Ba, Tỉnh thức biết không lời rõ ràng đầy đủ về những gì đang xảy ra trên thân, trong thân (thân, thọ, tâm, pháp) hay những gì xảy ra xung quanh (ngoại thân) trong hiện tại bây giờ và ở đây, mà tâm hoàn toàn yên lặng không dính mắc. Tầng định này gọi là Chánh Niệm Tỉnh Giác.
Trong giai đoạn này trạng thái tỉnh thức biết không lời mà thiền giả đã đạt được trong bước thứ Ba từ từ trở thành Nhận thức biết không

lời. Tâm thức thiền giả rơi vào trạng thái bất động. Chút dính mắc trong tâm với trạng thái an lạc cũng biến mất (xả). Nhận thức không lời càng lúc càng tỏ rạng. Hành giả chìm sâu vào định không đối tượng. Hơi thở rơi vào trạng thái yên lặng từng chập, gọi là tịnh tức. Tầng thiền này được gọi là "Định Bất Động" vì cả ba hành: Ngôn hành, Ý hành và Thân hành hoàn toàn yên lặng. (***)

Bấy giờ tâm của thiền gia sáng suốt như tấm gương. Trong kinh mô tả trạng thái tâm này: *"định tĩnh, thuần tịnh, trong sáng, không cấu nhiễm , không phiền não, nhu nhuyến, ngoài lý luận, dễ sử dụng, vững chắc, bình tĩnh…"* Đây là cơ hội tốt nhất chuyển sang thiền Quán, nghĩa là quán sát đề mục để phát sinh Tuệ. Tuệ này là thấy rõ thực tướng của đề mục, nhận ra đặc tính vô thường, khổ, vô ngã cùng sự sinh diệt của đối tượng để không còn dính mắc hay chấp trước với những gì xảy ra trên đời.

Theo Phật giáo Nguyên Thủy, hành trì thiền Quán (Vipassanà/Thiền Minh sát) để phát huy trí tuệ có 4 đề mục. Thân, Thọ, Tâm, Pháp. - Thân hành xứ: Lấy thân thể làm đề mục thiền định. Quán thân nơi thân. - Thọ hành xứ: Lấy thọ làm đề mục thiền định. Quán thọ nơi thọ. - Tâm hành xứ: Lấy tâm làm đề mục thiền định. Quán tâm nơi tâm. - Pháp hành xứ: Lấy pháp làm đề mục thiền định. Quán pháp nơi pháp.

Theo Phật giáo Phát triển, thực tập thiền định là dùng trí Bát Nhã quán chiếu các pháp như: năm uẩn đều không (ngũ uẩn giai không); nhân vô ngã, pháp vô ngã ... Thiền gia thấu đạt Tánh Không, liễu tri các pháp, tâm an trú trong Định, trí tuệ Bát Nhã bừng sáng. Phương pháp tu thiền Định này là dựa vào kinh Kim Cương, Lăng Nghiêm, Viên Giác, Hoa Nghiêm v.v...

"Tối thượng thừa thiền" thuộc về Thiền Tông, là phương pháp dạy thiền của Tổ Bồ Đề Đạt

Ma dành cho các bậc thượng căn, thượng trí qua chủ trương: *“bất lập văn tự, giáo ngoại biệt truyền, trực chỉ chân tâm, kiến tánh thành Phật”*. Người đại trí chỉ cần nghe một câu nói, một bài kệ hoặc cử chỉ thích hợp là khai thị được Tánh giác của họ, làm cho họ ngộ đạo tức khắc, không cần phải giảng giải nói năng dài dòng.

Tóm lại, Định Vô Lâu Học là môn thiền Định cần thiết và quan trọng vì trong trạng thái Định, lậu hoặc, kiết sử, tùy miên, tham, sân, si... bị cô lập. Ba nghiệp thân khẩu ý được thanh tịnh không tạo nghiệp mới, giúp cho thân tâm thiền giả được giải thoát khỏi phiền não khổ đau.

Tuy nhiên, trong đạo Phật, Định không phải là mục tiêu chính, mà chỉ là cái cầu để bước tới Tuệ. Nhưng muốn Tuệ phát sáng, thiền gia nhất định phải thông qua Định để phát triển năng lực vững chắc, hầu khai triển tiềm năng giác ngộ, tức Phật tánh. Như vậy Định một mặt là phương tiện cơ bản để đạt được Tuệ tức

giác ngộ, mặt khác Định là tác nhân đào thải tận gốc tập khí hay lậu hoặc đưa đến giải thoát.

IV. TUỆ VÔ LẬU HỌC

Tuệ Vô Lậu Học hay Huệ Vô Lậu Học là môn học thứ ba trong Tam Vô Lậu Học. Danh từ Tuệ thường đi chung với từ Trí gọi là Trí Tuệ hay Trí Huệ. Trí Huệ trong giáo lý nhà Phật còn gọi là Bát Nhã. Bát Nhã là Hán ngữ dịch từ tiếng Panna (Pãli) hay Prajna (Sanskrit) có nghĩa là sự phát sáng của trí hiểu biết sau khi tẩy sạch dục lậu, hữu lậu và vô minh lậu.

Trí tuệ khác với trí thức. Trí thức hay kiến thức là trí hiểu biết của người thế gian. Người trí thức được xem là người thông minh vì có sự hiểu biết rộng rãi. Những sự hiểu biết đó đến từ bên ngoài được tích lũy từ gia đình, trường lớp, rút tỉa từ kinh nghiệm thành công hay thất bại trong đời sống. Cái biết này hay nhận thức này, được xem là cái biết hay nhận

thức của thế gian hữu hạn thuộc về tục đế .

Trí tuệ vô lậu trong đạo Phật là trí nhận thức biết, phát xuất từ bên trong tâm của các bậc thiền gia tu tập ba môn Giới-Định-Tuệ mới có. Tu giới để chấm dứt ác hạnh hiện hành. Tu tập Thiền Định để cô lập tất cả những chủng tử tùy miên tham sân si gọi chung là lậu hoặc ẩn tàng trong tâm. Những chủng tử này sẽ dễ dàng trồi lên khi tâm hành giả xao lãng thất niệm. Chỉ có Tuệ phát sinh trong Định mới có thể diệt những chủng tử phiền não vô minh này. Khi vô minh phiền não bị đoạn diệt không còn dư tàn thì mới giải thoát vĩnh viễn khổ đau, chứng được Niết-Bàn.

Trí tuệ Bát Nhã có hai cấp bậc:
1) Thấp là Trí : Tiếng Pãli là Nàna , tiếng Sanskrit là Jnàna. Tiếng Anh là Insight. Trí này là trí hiểu biết về Phật Pháp do học hỏi từ các bậc Thầy hay từ trong tam tạng kinh điển. Sự hiểu biết này, tuy có mùi vị đạo nhưng vẫn còn thuộc

về kiến thức Phật học, bởi do học từ kiến thức của người khác.
Thí dụ: Chúng ta nghe các bậc Thầy giảng về Chân lý Tứ Diệu Đế. Chúng ta hiểu rõ về Khổ, Tập, Diệt, Đạo, nên nói chúng ta đã đạt được: *"Khổ trí, Tập trí, Diệt trí, Đạo trí"* hay chúng ta đã *"tuệ tri về Khổ đế, tuệ tri về Tập đế, tuệ tri về Diệt đế, tuệ tri về Đạo đế"*.
Tuệ tri hay tuệ trí này không phải chúng ta tự biết mà do chúng ta học từ người khác, nên vẫn bị xem là tục đế. Nhưng vì chuyên học và ghi nhận những Nhận thức của Đức Phật chứng ngộ nên tạm xếp là "*Tục đế Bát Nhã*" để phân biệt với kiến thức thế gian là tục đế.
2) Cao hơn Trí, là Tuệ (Bát Nhã): Panna (P); Prajna (Skt), tiếng Anh là wisdom, là trí huệ tự phát do công phu tu tập thể nhập thiền Định. Thể nhập có nghĩa là qua dụng công thực hành kết quả "*Ta và đối tượng là một*" (nhất tâm). Nhưng muốn đạt được Huệ phải đi từ Trí, nghĩa là phải học hỏi từ bậc Thầy rồi thực hành thiền Định để kinh nghiệm Thân chứng, Tâm

chứng và Trí chứng. Trí tuệ này là trí tuệ siêu vượt (transcendental wisdom). Có nhiều tên gọi khác như: Huệ Bát Nhã, Huệ Tự Phát hay Phật tánh hoặc tiềm năng giác ngộ, Chân Như v.v… được xếp là "*Chân đế Bát Nhã*".

V. TẠM KẾT

Tùy theo căn cơ của chúng sanh mà Đức Phật có nhiều phương thức, nhiều pháp môn hướng dẫn đệ tử tu tập để đạt quả vị giải thoát tối hậu, nhưng với pháp môn nào người tu tập cũng phải thực hành nhuần nhuyễn Tam Vô Lậu Học: Giới-Định-Tuệ. Vì Tam Vô Lậu Học có công năng đưa hành giả qua bờ giác ngộ thoát khỏi vòng tục lụy luân hồi sinh tử./.

THÍCH NỮ HẰNG NHƯ

(Chân Tâm thiền thất; July 26-2022)

Tài liệu tham khảo:

(*) Tăng Chi Bộ Kinh 3B, tr.73)

(**) "Tương Ưng Giới Định Huệ và Bát Chánh Đạo" (Sách: "Trên Đường Về Nhà" tr.101-122). Tác giả Thích Nữ Hằng Như. Published by

Ananda Viet Foundation (2020). Amazon tổng phát hành.
(***) Theo giáo trình giảng dạy của cố Hòa Thượng Thích Thông Triệt.

Kinh Lục Tổ Pháp Bảo Đàn

Phẩm Định Huệ

Hòa Thượng Tuyên Hóa

giảng thuật
tại Vạn Phật Thánh Thành

— o0o —

Đại sư bảo chúng rằng: "Chư Thiện tri thức! Pháp môn của ta đây lấy Định Huệ làm căn bổn. Đại chúng đừng mê lầm mà nói định với huệ là khác nhau. Định và huệ chỉ là một thể, chẳng phải hai. Định là cái thể của huệ. Huệ là cái dụng

của định, tức là lúc huệ thì định ở trong huệ, lúc định thì huệ ở trong định. Nếu biết cái nghĩa ấy, thì định và huệ đều phải học.

Các người học Đạo chớ nói trước định rồi mới phát huệ, trước huệ rồi mới sanh định, mà phân biệt định huệ là khác nhau. Nếu thấy hiểu như thế, thì pháp có hai tướng. Miệng nói lời lành mà trong lòng chẳng lành, nói khống rằng có định huệ mà định huệ chẳng đồng một thể. Nếu lòng và miệng đều lành, trong ngoài như một, thì định và huệ tức đồng nhau. Pháp tự ngộ tu hành chẳng phải tại chỗ tranh. Nếu tranh chỗ trước sau, tức đồng với người mê. Chẳng dứt lòng phân bua, thì quả nhiên làm lớn thêm lòng ngã chấp, pháp chấp, mà không lìa khỏi bốn tướng.

Chư Thiện tri thức! Định và huệ giống như vật gì? Giống như cái đèn và cái

ánh sáng. Có đèn tức là sáng, không có đèn tức là tối. Đèn là cái thể của ánh sáng, ánh sáng là cái dụng của đèn. Tuy tên có hai, mà thể vốn có một. Pháp định huệ nầy cũng như thế.”

Giảng: Định do giới sanh, do định mới phát huệ, cho nên giới định huệ là tam vô lậu học. Năng trì giới cũng đắc được vô lậu, năng tu định cũng có thể đắc được vô lậu, năng phát huệ cũng có thể đắc được vô lậu. Cho nên muốn đắc định, trước phải trì giới. Như vậy phải làm sao? Tức “Chư ác mạc tác, chúng thiện phụng hành.”

Lục Tổ Đại sư khai thị nhất thiết chúng sanh:

– Quý vị Thiện tri thức! Pháp môn đốn giáo của tôi, lấy *định huệ* làm căn bổn, làm cơ sở. Quý vị đã là Thiện tri thức, thì không nên chấp mê, không tin tưởng, không nên chấp trước nói rằng định huệ là hai thứ phân biệt. Cần phải biết định huệ là nhất

thể, định chính là huệ, huệ chính là định, tuy có hai tên, nhưng bổn thể của nó là một không phải là hai. Định là bổn thể của huệ, huệ là vận dụng của định. Do định có thể phát sanh trí huệ. Khi trí huệ hiện tiền, định ở trong trí huệ. Lúc định hiện tiền, huệ ở trong định. Cho nên nếu có thể nhận thức đạo lý này – định huệ nhứt thể, nhưng cách dùng mỗi cái có khác, đó chính là định huệ bình đẳng, định huệ đồng thể.

Quý vị tu đạo, không nên nói trước phải có định mới phát sanh trí huệ, hoặc là trước có trí huệ mới phát sanh định lực, từ đó nói định huệ có chỗ sai khác. Nếu tâm có loại kiến giải như thế, sẽ cho rằng định huệ là hai thứ, nếu miệng nói toàn là những lời tốt đẹp, nhưng trong tâm đầy những tư tưởng bất thiện, toàn là tật đố, chướng ngại, cống cao ngã mạn, tà tri tà kiến, tham sân si – định huệ như thế, chỉ là lời nói suông.

Nếu nội tâm và miệng nói đều là tốt lành, trong ngoài đều như nhau, biểu đạt nhất trí, tâm khẩu nhất như, đó chính là định huệ bình đẳng. Muốn tự mình hiểu rõ để tự tu hành, đó không phải ở những lời tranh luận nơi đầu môi chót lưỡi, để làm cho mọi người biết rằng tôi có tu hành, hoặc tự mình hô hào cho mọi người chung quanh biết danh tiếng của mình là nổi bật nhứt.

Nếu tranh trước sau, nói nhứt định phải định trước huệ sau, hoặc huệ trước định sau, phàm tranh luận cái đạo lý này, đều là những kẻ phàm phu ngu muội, cho nên nói: “Tranh luận là tâm thắng phụ, trái nghịch với đạo, liền sanh tâm tứ tướng, làm sao mà đắc được tam muội?” Không đắc được tam muội, tức là không có định, cũng chính là không có huệ.

Nếu tâm thắng phụ chưa thể đoạn trừ, thì vẫn còn ngã chấp và pháp chấp. Nếu ngã chấp, pháp chấp chưa thể đoạn trừ thì

không thể rời bỏ tứ tướng. Vì có cái ngã chấp, cho nên có cái nhân chấp, vì có nhân chấp cho nên có chúng sanh chấp, vì có chúng sanh chấp sẽ phát sanh thọ giả chấp. Không thể rời bỏ bốn loại chấp trước này, tức thì sanh ra bốn tướng.

Quý vị Thiện tri thức! Định huệ giống như cái gì? Nay đưa ra một ví dụ: định huệ giống như đèn và ánh sáng. Có đèn thì có ánh sáng, có ánh sáng thì có đèn, không có đèn thì không có ánh sáng, không có ánh sáng thì không có đèn. Đèn và ánh sáng tuy nói là hai loại, kỳ thực là nhất thể. Đèn là bổn thể của ánh sáng, mà ánh sáng là dụng của đèn. Đèn có cái dụng gì? Là có ánh sáng. Danh tự tuy có hai nhưng bổn thể của nó chỉ có một, loại Phật pháp định huệ này, cũng giống như đạo lý của đèn và ánh sáng.

Chư Thiện tri thức! Nhứt hạnh tam muội nghĩa là trong cả thảy các chỗ đi, đứng, ngồi, nằm, thường giữ một lòng ngay thẳng. Kinh Tịnh Danh nói: "Lòng ngay thẳng là Đạo tràng, lòng ngay thẳng là Tịnh độ." Đừng lòng tưởng điều tà vạy mà miệng nói điều ngay thẳng. Đừng miệng nói Nhứt hạnh tam muội mà chẳng giữ lòng ngay thẳng. Nếu giữ lòng ngay thẳng thì đối với cả thảy các pháp, tâm đừng chấp trước (dính níu theo pháp tướng trần cảnh). Người mê chấp trước pháp tướng, chấp Nhứt hạnh tam muội, nói rằng thường ngồi chẳng động, lòng không sanh niệm tưởng, gọi đó là Nhứt hạnh tam muội. Nếu hiểu như thế, tức là đồng với loài vô tình. Quả thật là cái duyên cớ cản ngăn cái Đạo vậy.

Giảng: Lục Tổ Đại sư nói với đại chúng:

–Nhất hạnh tam muội chính là bất cứ chỗ nào, đi là trực tâm, trụ cũng là trực tâm,

ngồi cũng là trực tâm, nằm cũng là trực tâm. Tất cả lời nói hành động cử chỉ, bất cứ lúc nào, bất cứ nơi đâu, giờ giờ khắc khắc đều thực hành trực tâm, không nên dùng cái tâm cong cong quẹo quẹo. Giống như *Kinh Duy Ma* nói: “Trực tâm chính là đạo trường, trực tâm chính là Tịnh độ của thế giới Cực Lạc.” Cần phải ghi nhớ nằm lòng, không nên miệng nói trực mà hành vi lại nịnh hót bợ đỡ người. Thế nào là nịnh hót bợ đỡ? Chính là nhìn thấy người khác có tiền, lúc nói chuyện bèn ra vẻ khép nép, cung kính, cười a dua nịnh bợ nói: “Ông đến đây, chúng tôi rất hoan nghênh ông!” Kỳ thực người đó chỉ hoan nghênh tiền chứ không phải hoan nghênh ông khách. *Khúc:* chính là tâm không thẳng, tâm cong cong quẹo quẹo. Miệng nói cần phải trực tâm, cần phải Nhứt hạnh tam muội, mà hành vi lại không chánh trực.

Muốn hành trực tâm là đạo trường, các ông cần phải dùng trực tâm để xử lý tất cả mọi việc, đối với vạn pháp không nên sanh lòng chấp trước. Người mê kẻ ngu chấp chặt vào pháp tướng, sanh pháp chấp, chấp trước Nhất hạnh tam muội, họ nói: "Tôi thường ngồi không động, cũng không có vọng tưởng, đó chính là Nhất hạnh tam muội, đó chính là định." Nếu giải thích như vậy, chính là không có tri giác, giống như cây cỏ. Loại giải thích này hoàn toàn sai lầm, là nhân duyên chướng đạo.

Chư Thiện tri thức! Đạo phải thông lưu, sao lại làm cho nó ngưng trệ? Tâm không trụ pháp, thì Đạo thông lưu. Còn tâm trụ pháp, ấy là mình trói lấy mình. Bằng nói rằng thường ngồi chẳng động, thì cũng như Xá Lợi Phất ngồi im lặng trong rừng, bị Duy Ma quở vậy.

Giảng: Đạo là gì? Đạo cần phải thông đạt vô ngại, trôi chảy không ngừng, tại sao lại làm cho nó trì trệ đình chỉ? Quý vị đình chỉ cái tâm mà biến thành tro tàn, cây khô, vậy thì có ích dụng gì! Cho nên lúc tâm vô sở chấp trước, tức *ưng vô sở trụ nhi sanh kỳ tâm,* không chấp vào không, không chấp vào có, không chấp vào pháp. Nếu chấp pháp chính là chấp vào cái có, chấp vào không, chính lạc vào cái *vọng* không. Cho nên cần phải không chấp vào pháp, không chấp vào không, không chấp vào ngã, đó mới là ưng vô sở trụ nhi sanh kỳ tâm.

Lúc *vô sở trụ* thì đạo mới lưu thông. Nếu tâm chấp pháp, nói: tôi thường ngồi không động. Đó giống như con tầm nhả tơ, tự mình trói mình, tự mình làm mình không còn tự do. Nếu nói thường ngồi không động là Nhất hạnh tam muội, thì giống như Ngài Xá Lợi Phất trong rừng ngồi thiền không động mà bị cư sĩ Duy Ma khiển trách: “Ngài

ngồi như thế có ích dụng gì? Giống như người chết, chớ không phải chân chánh nhập định."

Chư Thiện tri thức! Lại có người dạy ngồi xem cái tâm, quán tưởng tâm cảnh vắng lặng (khán tâm quán tịnh), ngồi yên chẳng dậy, bảo y theo đó mà lập công phu. Người mê chẳng hiểu, cố chấp làm theo, rồi thành điên dại. Số người lầm như thế chẳng phải là ít. Truyền dạy nhau như vậy, thiệt là lầm to!

Giảng: Có hành giả dạy ngồi thiền, bảo người khán (nhìn) cái tâm của mình; quán tịnh là ra sao? Không động không khởi, từ đó liền có công phu. Người mê không hiểu đạo lý này lại nói: "ngồi ở một chỗ không động không khởi sẽ có công phu, có thiền định," từ đó sanh ra chấp trước mà điên cuồng. Giống như lúc trước có rất nhiều người đến đây, xưng là đã khai ngộ. Ôi!

không biết họ khai ngộ như thế nào, mà chính họ lại tin tưởng mình đã khai ngộ, đó chính là chấp trước thành điên. Những loại người như thế rất nhiều, mà còn truyền từ người này qua người khác, họ ấn chứng cho tôi nói như thế là khai ngộ, họ cũng ấn chứng cho quý vị nói đó chính là khai ngộ, kỳ thực đó là điều sai lầm rất lớn. Quý vị xem, Phật giáo đời Đường Trung Hoa đã có những loại khẩu đầu thiền, Tổ Sư giả như vậy, chẳng trách nước Mỹ bây giờ cũng có rất nhiều người như vậy. Song, vì có lớp người mạo danh khai ngộ, nên sau này sẽ có những người chân chánh khai ngộ, vì những người mạo danh khai ngộ sẽ lót đường cho những người chân chánh khai ngộ.

Bởi vì mọi người vốn không biết cái gì là khai ngộ, nay có người mạo danh tự xưng đã khai ngộ, bèn quan sát mỗi một hành động cử chỉ của người đó như thế nào.

Thình lình có người chân chánh khai ngộ đến, người ta lại không tin tưởng, cho rằng chân chánh khai ngộ và giả mạo khai ngộ đều giống nhau. Quý vị nay tu hành muốn khai ngộ, sau này cũng bị ảnh hưởng của những người giả danh, giả mạo này. Nếu để tôi nói, thì là khai ngộ cũng không nên nói mình khai ngộ. Đây là phương pháp hay nhất.

Thế giới này là như thế, chân chân giả, giả giả chân. Quý vị chân chánh người chung quanh nói quý vị là giả, quý vị là giả người ta lại nói quý vị chân chánh, cho nên quý vị cũng không nên nói chân, cũng không nên nói giả để họ tự nhận thức.

Người chưa khai ngộ tự xưng mình đã khai ngộ, mà người đã khai ngộ rồi lại nói mình chưa khai ngộ, như thế sẽ giống như những người chưa khai ngộ. Tại sao vậy? Vì người khai ngộ không cần tự mình giới thiệu, nói tôi đã khai ngộ rồi, hay tôi và ai

đó, người đã khai ngộ rồi, thì giống nhau, biểu thị rằng tôi cũng đã khai ngộ. Không cần như vậy! Vì khai ngộ và không khai ngộ thì giống nhau không có gì sai khác, không cần giả danh. Khai ngộ quý vị cũng là một người, không khai ngộ quý vị cũng là một người, khai ngộ và chưa khai ngộ đều có thể thành Phật, vấn đề chỉ là sớm hay muộn mà thôi, vì thế không nên đeo tấm bảng hiệu này, để cho mọi người nhận biết mình. Không có ai nhận ra là tốt nhất, và đó chính là trực tâm là đạo tràng.

Sư bảo chúng rằng: "Chư Thiện tri thức! Cái Chánh giáo xưa nay, không có mau chậm, chỉ tánh người có sáng tối mà thôi. Người tối thì tu tập lần lần, người sáng thì thức tỉnh tức khắc, tự mình biết Bổn tâm, tự mình thấy Bổn tánh. Thế thì không có chỗ gì sai khác. Vì chỗ sáng

tối chẳng đồng, sở dĩ mới lập ra cái giả danh mau chậm.

Giảng: Lục Tổ Đại sư lại khai thị:

–Quý vị Thiện tri thức! Phật giáo bổn lai chân chánh, không có sự phân biện giữa đốn pháp và tiệm pháp, chỉ là căn tánh của người có thông minh, có ngu si. Người mê thì từng chút từng chút tu luyện thành, mà người khai ngộ thì nhanh chóng đoạn tất cả trần lao, nhanh chóng đoạn tất cả vọng tưởng, nhanh chóng đoạn tất cả tập khí tật xấu, người này tự mình nhận thức bổn tâm của chính mình, tự thấy bổn tánh. Minh tâm kiến tánh đến lúc thành công, không có gì sai khác, cho nên giả lập một cái đốn giáo tiệm giáo, đó chỉ là giả danh mà thôi.

Chư Thiện tri thức! Pháp môn của ta đây từ trên truyền xuống, trước hết là lập Vô niệm làm tông. Vô tướng làm thể, Vô trụ

làm gốc (bổn). Vô niệm nghĩa là trong khi niệm, lòng không động niệm. Vô tướng nghĩa là đối với sắc tướng, lòng lìa sắc tướng. Vô trụ chính là Bổn tánh của con người.

Đối với các điều lành dữ, tốt xấu ở thế gian, cùng với kẻ thù người thân, đối với lúc nghe các lời xúc phạm, châm chích, khinh khi, tranh đấu, xem cả thảy như không không, chẳng nghĩ đến việc đền ơn trả oán. Trong niệm niệm lòng không nghĩ đến cảnh mình đã gặp trước. Nếu niệm trước, niệm nay, niệm sau, niệm niệm nối tiếp nhau chẳng dứt, thì gọi là bị buộc ràng. Đối với các pháp, niệm niệm lòng không trụ vào đâu thì khỏi bị buộc ràng. Ấy là Vô trụ làm gốc.

Giảng: Pháp môn đốn giáo mà tôi truyền dạy cho các ông, từ Đức Phật Thích Ca Mâu Ni đến nay, đều lấy *vô sở niệm làm tông, vô tướng làm bổn thể, vô trụ làm cơ*

sở. Cái gì gọi là *vô tướng*? Chính là ở nơi tướng mà ly khai tướng. *Vô niệm* chính là ở nơi niệm mà không chấp trước vào niệm. *Vô trụ* chính là bổn tánh của con người. Ở thế gian này bất luận là thiện, ác, tốt, xấu cho đến oán thù hoặc là có quan hệ thân thích, hoặc là vì lời nói ngôn ngữ mà đôi bên dẫn đến sự công kích, khinh thường dối gạt và tranh đoạt lẫn nhau, nên xem những điều này là không, không chấp trước, không nghĩ đến việc báo thù hoặc làm tổn thương đến người khác. Mỗi niệm không nên nghĩ về những sự việc quá khứ. Nếu các ông cứ mãi hồi tưởng về những niệm quá khứ, niệm hiện tại và niệm vị lai, niệm niệm tương tục không ngừng, như sóng nước, đó chính là tự mình dùng dây trói buộc mình, tự trói buộc mình vào một chỗ, mà không được tự do. Nếu các ông đối với vạn pháp, niệm niệm không chấp

trước, đó chính là không có bị trói buộc, chính là lấy *vô sở trụ* làm căn bổn.

Chư Thiện tri thức! Ngoài lìa cả thảy các sắc tướng, gọi Vô tướng. Đối với các sắc tướng mà năng lìa được sắc tướng chính là cái thể thanh tịnh của các pháp. Ấy là lấy Vô tướng làm thể.

Giảng: Ngoài ly khai tất cả tướng gọi là *vô tướng.* Năng ly khai tất cả tướng đó là diệu thể thanh tịnh của pháp, cho nên đây chính là lấy vô tướng làm thể.

Chư Thiện tri thức! Đối với các cảnh mà tâm chẳng nhiễm gọi là Vô niệm. Trong các niệm tưởng của mình, tâm thường lìa cảnh, chẳng vì đối cảnh mà sanh tâm. Bằng đối với trăm việc tâm chẳng nghĩ đến, các niệm tưởng đều bỏ hết; lúc một niệm cuối cùng dứt tuyệt thì chết liền và

phải chịu đầu sanh chỗ khác. Cho nên đây là một sai lầm to lớn; người học đạo nên lấy đó mà suy gẫm để tránh rơi vào con đường lầm lạc. Nếu chẳng biết cái ý-chỉ của pháp, tự mình lầm thì còn khá, sợ e lại khuyên dạy người khác. Tự mình mê mà chẳng thấy, lại còn nhạo báng kinh Phật. Bởi vậy mới lập Vô niệm làm tông.

Giảng: Ở bất cứ cảnh giới nào, tâm không nhiễm trước gọi là *vô niệm*. Trên niệm thanh tịnh của mình, thường hay ly khai tất cả cảnh giới, chẳng ở trên cảnh mà sanh các tâm niệm, nhớ tưởng (hồi ức) muôn vạn cảnh giới. Giả sử quý vị cho rằng muôn vật đều không nghĩ, mọi niệm đều phải diệt trừ, điều này đúng hay không? Đó lại là việc sai lầm, cho nên nói: "Chấp trước vào tướng là sai lầm, vô vi lại lạc vào không."

–Vậy thì làm thế nào đây?

– Ở chỗ này khó có thể thực hành, nếu quý vị có thể làm được, đó chính là vô niệm.

Một niệm đã đoạn không còn nữa, chẳng phải đã chết rồi hay sao? Vì không có niệm chính là đã chết. Nhưng chết ở đây lại sanh về ở chỗ kia, cho nên đây là cách suy nghĩ hết sức sai lầm. Những người muốn tu học đạo, ở chỗ này cần phải đặc biệt chú ý suy gẫm. Nếu như không nhận thức được chân nghĩa của pháp, tự mình sai lầm còn có thể, nếu dạy những người khác cũng sai lầm theo mình, thì không thể tha thứ được. Tự quý vị ngu muội, không những không có nhận thức tâm tánh của chính mình, mà ngược lại hủy báng Phật kinh, nói Phật kinh giảng sai rồi. Thật là vì người đời ngu si vô trí cho nên Cổ đức phải lập *vô niệm* làm tông chỉ cho người học Phật.

Chư Thiện tri thức! Sao lập Vô niệm làm tông? Chỉ vì người mê, miệng nói thấy

tánh, mà đối cảnh tâm còn vọng niệm, trong chỗ vọng niệm, lại khởi tà kiến. Cho nên cả thảy các sự trần lao vọng tưởng đều do đó mà sanh ra. Bổn tánh mình vốn không có một pháp gì mà tìm được. Nếu có cái chi tìm được trong tánh mình, mà nói dối là họa phước, thì cái ấy là trần lao tà kiến. Cho nên pháp môn nầy lập Vô niệm làm tông.

Giảng: Tại sao cần phải lập *vô niệm* làm tông chỉ? Vì có một loại người, miệng nói mình đã kiến tánh, mình đã khai ngộ, loại người ngu si này, đối cảnh sanh ra vô vàn tâm niệm, trên niệm lại sanh ra muôn loại tà kiến, cho nên hết thảy trần lao vọng tưởng, đều từ đây mà sanh ra. Kỳ thực bổn nguyên thanh tịnh của chính mình, diệu minh giác tánh, bổn lai một pháp cũng không có, nó thì thanh tịnh viên mãn sáng suốt, diệu minh chân tâm, bổn lai vô nhất vật. Nếu có chỗ sở đắc, thì vọng thuyết họa

phúc mà dối gạt tiền tài của người, đây đều là trần lao tà kiến. Cho nên pháp môn này lập *vô niệm* làm tông chỉ.

Chư Thiện tri thức! Vô là vô việc gì? Niệm là niệm vật chi? Vô, nghĩa là không chấp hai tướng, không có lòng phiền não. Niệm, nghĩa là niệm cái Chơn như Bổn tánh. Chơn như tức là cái thể của niệm, niệm tức là cái dụng của Chơn như. Tánh Chơn như của mình khởi niệm, chớ chẳng phải con mắt, lỗ tai, lỗ mũi, cái lưỡi mà niệm được. Cái Chơn như có tánh, sở dĩ mới sanh ra niệm tưởng. Nếu cái Chơn như không có, thì mắt, tai, màu, tiếng, đương lúc ấy liền hư hoại.

Giảng: Nay tôi lại muốn, vì quý vị, mà giảng vô niệm, vô tướng, vô trụ. Nếu quý vị có thể vô niệm chính là vô tướng, có thể vô tướng chính là vô trụ. Vô niệm cũng chính

là vô sanh, vô tướng là vô diệt, vô trụ – bổn lai không có sanh diệt, không có đúng không có sai. Vô niệm, vô tướng, vô trụ cũng chính là không đúng, không sai, không thiện, không ác, không nam, không nữ. Niệm chính là tà niệm, lúc tà niệm không còn thì làm sao có nam nữ, pháp này thật là diệu! Nếu vô tướng, căn bổn không có ngã tướng, vậy ai lại sanh ra cái tâm dâm dục? **Tâm dâm dục chính là niệm**, không có "niệm" chính là không có lòng dâm dục, không có lòng dâm dục thì không có ngã tướng, không còn chỗ chấp trước. Lúc không còn chỗ chấp trước, quý vị xem đây có phải là sự tự do chân chánh không, có phải là đã được giải thoát không? Cho nên vô tướng, vô niệm, vô trụ, cũng chính là không động không tịnh, không đúng không sai, không nam không nữ, không thiện không ác. Đây thật là tuyệt

diệu vô cùng! Quý vị nếu nghiên cứu sâu sắc thì có thể thọ dụng vô cùng.

Lục Tổ Đại sư lại nói:

–Quý vị Thiện tri thức! Tôi giảng chữ *vô* này, thì vô cái gì? Chữ *niệm* này, thì niệm thứ gì? *Vô* chính là không có hai tướng, không những không có hai tướng, ngay một tướng cũng không có, không có tâm trần lao. Tâm trần lao chính là chỉ cái tâm không chính, cũng chính là tâm tà, tâm tà cũng chính là dục tâm.

Cái gì gọi là niệm? Niệm có nghĩa là nhớ, tức là cần phải nhớ Chân như tự tánh? Nhưng cái gì là Chân như tự tánh? Tức cái tánh mà bổn lai đã có, cũng chính là Như Lai Tạng tánh, cũng chính là Phật tánh. Chân như chính là bổn thể của niệm, mà niệm chính là vận dụng của Chân như.

Có người nói: "Vô niệm cũng chính là không có Chân như."

Quý vị phải biết vô niệm chính là không có hai tướng, chính là bảo quý vị chớ quên mà phải nhớ Chân như. Chân như là bổn tánh của chính quý vị, mà bổn tánh của quý vị là thanh tịnh sáng suốt, không có chỗ nhiễm trước.

Niệm tự tánh Chân như, là chân niệm, không phải là niệm do mắt, tai, mũi, lưỡi sanh ra. Chân như có tánh cho nên khởi niệm. Chân như cũng chính là tánh vương, cũng chính là điều đã giảng ở trên (phẩm Nghi Vấn): "tánh còn vua còn, tánh đi vua mất," cho nên nói Chân như nếu không có, thì mắt, tai, sắc, thanh lập tức hoại.

Chư Thiện tri thức! Tánh Chơn như của mình khởi niệm, thì sáu căn tuy có thấy, nghe, biết, hiểu, mà chẳng nhiễm muôn cảnh. Bởi thế nên Chơn tánh của mình bao giờ cũng tự tại. Cho nên Kinh nói: "Phân biệt đặng các pháp tướng một

cách tường tận chí lý, mà cái tánh thanh tịnh Niết Bàn chẳng động.”

Giảng: Bổn thể Chân như tuy khởi lên niệm, ở cửa lục căn tuy có thấy nghe hiểu biết nhưng không nhiễm trước, vì quý vị không có tà niệm, không chấp vào muôn cảnh. Chân như tự tánh thường tự tại, cho nên Kinh nói: Tại sao khéo phân biệt tướng của vạn pháp? Vì chính là dụng của Chân như, năng khéo phân biệt chư pháp tướng mà không chấp trước muôn cảnh, cho nên đối với đệ nhất nghĩa mà không động.

- **Phẩm Tọa Thiền**
- **Phẩm Sám Hối**
- **Phẩm Cơ Duyên**
- **Phẩm Đốn Tiệm**
- **Phẩm Tuyên Chiếu**

TỨ HOẰNG THỆ NGUYỆN

HƯƠNG VỊ GIẢI THOÁT

⇨ THỌ KHANG BẢO GIÁM

vanphatthanh.org

daitangkinh.net

HÒA THƯỢNG THÍCH THIỀN TÂM

➤ Bát Nhã Ba La Mật Đa Tâm Kinh

➤ Vạn Đức Pháp Ngữ - Hoà Thượng Thích Trí Tịnh

⇨ KINH VÔ LƯỢNG THỌ TINH HOA

➤ BÁT CHÁNH ĐẠO - TỨ DIỆU ĐẾ

https://hoasenvanno.wordpress.com

⇨ PHÁP SƯ ĐỊNH HOẰNG

➤ Mười pháp giới không lìa một tâm niệm

➤ TỨ CHỦNG THANH TỊNH MINH HỐI

➤ 50 HIỆN TƯỢNG ẤM MA

⇨ Kinh Vô Lượng Thọ Giảng Ký

➤ KINH TỨ NIỆM XỨ

⇨ THỌ KHANG BẢO GIÁM

ÂM LUẬT VÔ TÌNH